

当クリニックを受診される頭痛患者さんで一番驚いたことは、副鼻腔炎が多いことです。ほとんどの方が鎮痛剤だけで対処されておりますが、当然感染症はよくなり、困り果てて来院されております。MRI の検査を行えるから判ることではありますが、頭痛の場合、様々な原因を追究し解決する、決して対症療法だけに徹しないことが重要です。くも膜下出血、緑内障など緊急を要する頭痛に関しても、専門機関以外では確定診断がつかず見過ごされることもあり、注意が必要です。

頭痛の多くは筋肉の緊張から誘発される頭痛（締め付けられるような痛み）で、生命を脅かすものではありません。コンピューターなどの電子端末が増加するに従い、この手の頭痛患者さんも増加しております。別名ストレス性の頭痛とされており、処方される薬は鎮痛剤や筋弛緩剤、また安定剤など。でもちょっと待ってください。これらの薬で症状はかなり緩和はされますが、原因は除去できません。何がストレスとなっているのか、これを検討しなければなりませんね。特に首の筋肉の緊張を誘発するもの、頸椎の変形や椎間板の変性、眼の疲れ（ドライアイやVDT症候群、メガネの矯正不良、老眼の初期など）、歯の噛み合わせ等など、様々なストレスが関与しています。原因が判れば、対処も出来ますね。

例えばメガネを調整するだけで頭痛におさらば出来た、枕を変えただけで、歯の矯正で...

この様に対処していくことが大切です。様々な対処を行っても尚、痛みが残存する場合は必要に応じて鎮痛剤を使用することを勧めますが、まずは原因検索をして行くことを重要視してください。メンタルなストレスも当然頭痛の原因になるのです。社会環境や家庭環境に配慮を配ることも大切なことです。